



UNIVERSIDADE DE BRASÍLIA
FACULDADE DE EDUCAÇÃO FÍSICA
GRADUAÇÃO EM EDUCAÇÃO FÍSICA – LICENCIATURA

Karolina Greicy Costa de Oliveira

A mídia eletrônica e sua influência na obesidade infantil:

Uma Revisão Bibliográfica.

Brasília – DF

1º/ 2016

Karolina Greicy Costa de Oliveira

A mídia eletrônica e sua influência na obesidade infantil:

Uma Revisão Bibliográfica.

Trabalho de conclusão de curso, apresentado à Faculdade de Educação Física da Universidade de Brasília, do Distrito Federal, como requisito parcial de obtenção do título de Licenciatura em Educação Física, sob orientação da Prof.^a Alessandra P. Coimbra de Melo.

Brasília – DF

1º/2016

Karolina Greicy Costa de Oliveira

A MÍDIA ELETRÔNICA E SUA INFLUÊNCIA NA OBESIDADE INFANTIL:
UMA REVISÃO BIBLIOGRÁFICA.

20 de junho de 2016.

BANCA EXAMINADORA:

Prof. Dr. Daniel Cantanhede Behmoiras (Membro Interno)

Prof.^a Alessandra P. Coimbra de Melo – Orientador

Prof. Lídia Bezerra (Suplente)

DEDICATÓRIA

A meu pai, Raimundo, por toda a felicidade e carinho; A minha mãe, Lúcia, por todas as brigas para incentivar, conversas á noite e amor; Laryssa Almeida e Fellipe César, por todo o apoio e confiança; Wendy e Sophia - Saudades.

AGRADECIMENTOS

Agradeço primeiramente a Deus, por todas as forças para poder elaborar este trabalho,

A minha família, pelo incentivo a entrar e permanecer na faculdade,

À Prof.^a Alessandra Coimbra, pela atenção, auxílio, cobrança, compreensão, sugestões, orientações e por acreditar no meu trabalho.

Aos professores da Faculdade de Educação Física por todos os ensinamentos durante todos esses anos.

Enfim agradeço a todas as pessoas que fizeram parte dessa etapa em minha vida.

RESUMO

Este trabalho tem como objetivo analisa a influencia da mídia eletrônica na obesidade infantil. Sabe-se que a obesidade é basicamente falta de atividade física e má alimentação e com isso cada vez mais as mídias estão influenciando nestes termos por conta que as mídias estão cada vez mais presentes na vida das crianças. Devido à facilidade que as crianças possuem de encontrar e mexer nestas mídias e as horas que passam em frente delas a obesidade estão cada vez mais abrangentes. Muitas crianças deixam de brincar, de praticar atividade física e de comer as refeições principais, as trocando por lanches, para ficar em frente às mídias eletrônicas. Como se pode comprovar a mídia influencia diretamente no dia a dia de uma criança. Estes equipamentos podem trazer malefícios e seus pais não podem abrir mão de um controle para estas mídias por contra que a atividade física e a boa alimentação estão deixando de serem cumpridas e o sedentarismo e a má alimentação estão sendo colocado mais em pratica e assim ocorrendo à obesidade. A combinação de atividade física, alimentação saldável e horas estabelecidas pelo uso das mídias eletrônicas seria o ideal para o cotidiano de uma criança obesa ou mesmo para aquelas que não possuem a patologia não adquiri-la.

Palavras chave: obesidade, mídia, mídia eletrônica, vício.

Sumário

INTRODUÇÃO	9
Justificativa.....	11
Hipótese e Justificativa.....	12
CAPÍTULO 1 - REFERENCIAL TEÓRICO	13
1.1 Conceito de Obesidade.....	13
1.2 Obesidade no Mundo	15
1.3 Obesidade Infantil	19
1.4 Mídia	22
1.5 Obesidade e Mídia Eletrônica.....	24
1.6 O combate contra na obesidade	28
CAPÍTULO 2 - METODOLOGIA.....	30
CONSIDERAÇÕES FINAIS	40
REFERÊNCIAS.....	41

Lista de quadros e figuras

Quadros

Quadro 1- Palavras chaves.....	31
Quadro 2 - Base de dados	32
Quadro 3 – Artigos Utilizados.....	33

Figuras

Figura 1- Obesidade no Mundo.....	16
Figura 2 - Valores aproximados para a população em geral, 2008-2009.....	17
Figura 3 - Aumento da obesidade no Brasil nos últimos anos.....	18
Figura 4 - Proporções de população obesa nas capitais do Brasil.....	18
Figura 5 - Estimativa de crianças obesas no mundo em 2015.....	20
Figura 6 - Atividades realizadas no tempo livre semanal.....	25
Figura 7 - Atividades realizadas no tempo livre no final de semana.....	26

Introdução

A obesidade desde seus primórdios acompanha o homem, muito diferente de hoje na pré-história existia uma necessidade grande de sobreviver sobre amplas mudanças de temperaturas e carência de alimentos. A obesidade chegou a ser símbolo de status, de saúde e de riqueza e a magreza significava doenças e pobreza, como podem ser vistos em desenhos na televisão e em muitos quadros antigos também.

Atualmente o significado de corpo saudável é outro, hoje em dia ser gordo é sinônimo de ter doenças. Como lembra Fischler (1995) antigamente as pessoas que obtinham mais dinheiro eram pessoas gordas, além de serem as mais amadas e admiradas, enquanto a magreza era associada a doenças, pobreza e maldades. Os critérios de categorias do corpo perfeito variam de acordo com culturas e épocas. No momento presente a estética corporal favorece a parte magra e tem repugnância a obesidade.

Segundo a Organização mundial da Saúde, (OMS, 2015), a doença obesidade se duplicou nos últimos anos, comparando os anos de 1980 até os dias de hoje ano de 2015. Em 2014 os adultos, com 18 anos de idade ou mais velhos, eram entre de 1,9 bilhões acima do peso e cerca de 600 milhões destes estavam acima do peso, em percentual totaliza 39% de adultos maiores ou com 18 anos acima do peso ideal e 13% de obesos. Com as crianças os números são mais baixos, mas bem alarmantes também, de acordo com a OMS (2015) no ano de 2013, 24 milhões de crianças menores de cinco anos de idade estavam com sobrepeso ou obesos.

O Ministério da saúde (2012) afirma que no Brasil atualmente as crianças com faixa etária de 5 a 9 anos representam 16,6% entre os meninos 11,8% entre as meninas que são obesas, isso é uma demanda que cresceu porque há vinte anos cerca de 4% entre os meninos, e de 2,4% entre as meninas eram obesos. Com os adolescentes cerca de 20% estão com excesso de peso, quase 6% do sexo masculino e 4% do sexo feminino foram classificados como obesos.

A obesidade infantil há tem sido motivo de pesquisas no mundo e se considera uma doença nutricional que mais vem crescendo e a mais complicada de se tratar (Firsberg, 2005). Nos Países desenvolvidos é estimada uma doença que mais se tem problemas na saúde pública. (Rodrigues, 1998)

O número de crianças obesas não se tem em grandes proporções, porém em função do sedentarismo, (crianças mais tempo dentro de casa, em frente à televisão e em frente ao computador) e onde hábitos alimentares errados são postos em sua alimentação, ela vem crescendo cada vez mais.

As mídias vêm sendo mais comum nas nossas vidas, não só de crianças, mas de adultos também, é muito comum ver as pessoas usando uma mídia eletrônica: celulares, computadores, televisões, rádios, tablets, videogames, jogos eletrônicos como Playstation, em qualquer lugar, elas facilitam nossas vidas no meio de comunicação além de nos divertirem.

De acordo com Mihuzo Tahara (1985) "Mídia é uma palavra derivada do latim, que significa meio. No contexto atual mídia pode indicar a atividade de veicular , o departamento ou profissional que planeja , negocia, executa e controla a veiculação de uma campanha ou ainda os meios ou veículos de comunicação". Existem vários tipos de mídia, diante destas temos as mídias eletrônicas ou mídias digitais que são comunicações eletrônicas fundadas por tecnologias digitais, engloba as mídias sociais, mas não só elas também têm a internet, o celular, a televisão digital.

As crianças estão cada vez mais distantes das brincadeiras. Primeiro por causa dos programas interativos da televisão, após o videogame surgiu, depois o computador e por agora os smartphones e tablets para piorar o problema. Todos estes aparelhos fazem parte do cotidiano de várias crianças no mundo, e um dos fatores que provocam o sedentarismo (e obviamente obesidade por trás deste sedentarismo) e se torna mais sério por falta de apenas praticar exercícios.

Estes aparelhos já fazem parte de muita rotina de crianças, adolescentes e mesmo adultos, e o que interfere em mais tempo em frente da televisão ou mesmo computadores, o que prejudica na saúde transformando as pessoas em sedentárias, o que significa que poder ser muito ruim por que quanto mais tempo de tela às

pessoas irão se mover menos deixando de se praticar atividade física e se prejudicando com doenças.

A escola é muito importante no papel contra a obesidade infantil, nos últimos tempos a Educação Física escolar, assumiu diferentes identidades com diferentes objetivos, que se sucederam e acabou o receber a denominação de tendências, (Ghiralldely Junior, 1988), mas seja por qualquer definição da educação física, devem necessariamente incluir o aluno realizando movimentos.

Partindo desta explanação, este trabalho levanta o seguinte problema: Quais os efeitos da influencia da mídia eletrônica sobre o sobrepeso de crianças caracterizando a importância do professor escolar de educação física para reverter a essa situação da influencia negativa da mídia?

Com base neste questionamento, este trabalho busca subsídios dentro do contexto onde Mídia influencia no ganho de sobrepeso de crianças e adolescentes.

Portanto, como objetivo principal, o presente trabalho irá analisar a existência da influencia das mídias eletrônicas na obesidade das crianças reconhecendo o papel do professor de educação física contra o combate da obesidade por meio de uma revisão bibliográfica. E como específicos: Pesquisar como as mídias eletrônicas e se influenciam no ganho de sobrepeso em crianças, Mostrar o uso destes aparelhos feitos pelas crianças e Descrever como e se as mídias interferem na pratica de atividade física das crianças.

Justificativa

No primeiro semestre de 2015, na Faculdade de Educação Física – UnB, uma disciplina foi cursada, chamada de Estágio supervisionado, onde são realizadas observações e intervenções dentro de uma escola, seja ela pública ou particular, a minha escolha foi pela particular, tanto por ter uma escola perto de casa e também por passar momentos ruins nas escolas públicas onde estudei, o estudo foi feito em um colégio particular situado na região administrativa Santa Maria localizada aproximadamente 37 quilômetros da Universidade de Brasília.

As observações e intervenções foram feitas em turmas de primeiro ano do ensino fundamental e terceiro ano, onde foi possível ver que há uma grande evasão durante as aulas de educação física dentro do colégio, principalmente quando era dia de ir pra natação, melhor dizendo: recreação aquática, pois o professor não visava nenhum fundamento de natação e muito menos em qualquer tipo de esporte jogado no ginásio.

Durante estas evasões, a maioria ficava na arquibancada mexendo no celular ou em seu tablete, pude notar que ficavam mais jogando, isso porque os celulares e afins eram proibidos durante as aulas. Em qualquer intervalo poderia ser visto também muitas crianças deixando de se brincar para ficar mexendo no celular.

Hipótese e Justificativa

A mídia eletrônica é um dos fatores que mais está influenciando na obesidade no mundo. Este trabalho justifica-se por meios de observações e intervenções feitas nas aulas de educação física dentro de um colégio onde há uma relevância associada ao vício de eletrônicos dentro do colégio, onde está havendo mais sedentarismo durante as aulas de educação física e durante os intervalos das aulas também, colocando em risco a saúde das crianças que podem chegar a ter obesidade infantil por simplesmente este hábito de se mexer em mídias eletrônicas ser cada vez maior, diminuindo o gasto calórico, tirando da criança a oportunidade de brincar e dispende energia.

CAPÍTULO 1 - REFERENCIAL TEÓRICO

1.1 Conceito de Obesidade

Conforme destacam Campos ET al. (2005) define a palavra obesidade derivada do ab (super.) e adere (comer), porém antes se se definir sobre o que é obesidade, souber a diferença entre obesidade e sobrepeso é essencial. A obesidade é o acúmulo de gordura total corporal que aponta uma relação entre excesso de gordura e massa corporal magra, já o sobrepeso é determinado por excesso de peso por vários fatores sendo eles: sexo, altura e idade.

Segundo Barbosa (2009) a obesidade é quando a pessoa possui uma grande quantidade de gordura corporal, sendo que às vezes seu peso pode aumentar e esta pessoa não se encontrar obesa. Sobrepeso significa quando a pessoa se depara com sua massa corporal entre normal e obesa, e pode decorrer de uma gordura corporal ou de muita massa magra.

A obesidade é um risco para a saúde levando consigo uma série de doenças que podem afetar totalmente a vida de um indivíduo.

Campos ET AL. (2005) caracteriza a obesidade por aglomeração gordura em varias regiões ou em todo o corpo, consequente do consumo e gasto energético, responsável por doenças genéticas, endócrinos metabólicos e ou por alterações nutricionais.

O sobrepeso e obesidade prejudicam a saúde, e são representadas por acúmulo de muito ou excessivo de gordura corporal. Como critério diagnostico da obesidade um individuo adulto se usa o índice de massa corporal (IMC), que é um calculo de massa corporal onde usamos o peso/altura. O resultado se chega através da divisão entre o peso da pessoa e a altura metros (kg / m^2). Se o individuo apresenta um IMC maior ou igual a 25 ele se encontra com sobrepeso, já se ele apresentar um IMC maior ou igual a 30 já se encontra em estado de obesidade. (WHO, 2015)

Dâmaso ET AL (2005) Muitos estudos Epidemiologicos aplicam o IMC, que é a relação entre peso e altura, para saber se o individuo possui obesidade, onde

aqueles que apresentarem uma perspectiva de peso ideal acima de 120% de antropometria nacionais e internacionais são considerados obesos.

Na obesidade existem vários graus:

Segundo Barbosa (2009) existe o tipo I, que é representada pelo excesso de massa corporal compartilhado no corpo todo. O tipo II que é determinada por aquela gordura que apenas se localiza na região do tronco. Tipo III, gordura excessiva localizada apenas no compartimento visceral. Tipo VI, obesidade chamada de ginecoide que apenas se concentra na parte inferior do corpo.

Há vários fatores que influencia nesta doença seja apenas alimentação ou mesmo hereditariedade podendo causar vários tipos de doença podendo levar a pessoa a óbito.

Barbosa (2009) classifica os fatores em internos ou biológicos, sendo aqueles que separados ou juntos podem estimular a obesidade, ou seja, a genética e o metabolismo do corpo são considerados fatores internos; e os externos e ambientais, que são aqueles fatores que já fazem parte do dia a dia da pessoa como: alimentos, problemas psicológicos e inatividade física.

Já Dâmaso (2003) classifica de outro modo os fatores que levam a obesidade são eles os: “Fatores endógenos: são os fatores genéticos, endócrinos, psicogênicos, medicamentos, neurológicos e metabólicos e Fatores exógenos: Alimentação, estresse choques emocionais, e inatividade física”.

O ministério da saúde (2015) indica várias patologias que a obesidade pode trazer consigo:

“Apneia do sono, Acidente vascular cerebral, conhecido popularmente como derrame cerebral, fertilidade reduzida em homens e mulheres, hipertensão arterial ou “pressão alta”, diabetes, dislipidemias, doenças cardiovasculares, cálculo biliar, aterosclerose, vários tipos de câncer, como o de mama, útero, próstata e intestino, doenças pulmonares, problemas ortopédicos, gota. ”

O fator mais fundamental que tem para a causa da obesidade é a falta de equilíbrio entre calorias ingeridas nas refeições diárias e as calorias gastas diariamente, e é o que está havendo globalmente o aumento de inatividade física e o aumento de gordura nas refeições das pessoas (WHO, 2015).

Muitos são os malefícios da obesidade. Podemos destacar os fatores psicológicos, pois em muitos casos a aparência gera na pessoa uma revolta. O fator nutricional, sendo que o organismo não está preparado para receber aquela quantidade de gordura. E principalmente o fator fisiológico, sendo a saúde, provavelmente o fator que mais é prejudicado.

1.2 Obesidade no Mundo

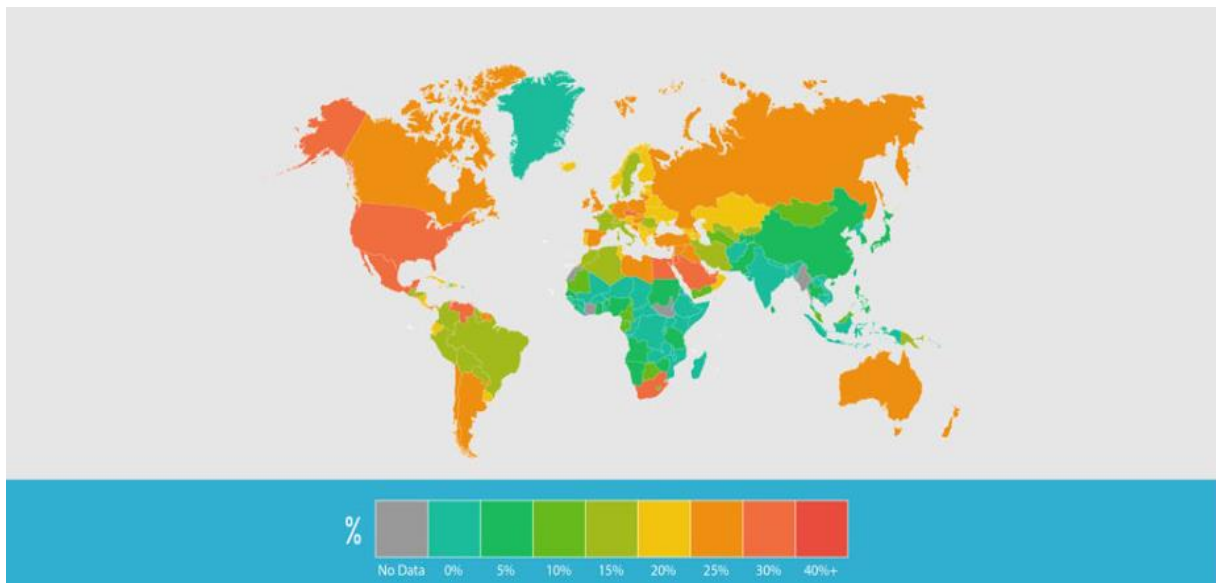
Fisberg ET AL (1995) afirma que a obesidade é uma das patologias mais antiga. Desde a pré-história desenhos feitos na pedra, cavernas comprovam o peso em excesso comparado a sua altura nos homens, os alimentos eram ingeridos em grande quantidade para quando tivesse em escassez o homem conseguiria sobreviver. Já no tempo da idade média e do renascimento o padrão de beleza principalmente o feminino era mais valorizado com formas arredondadas.

Segundo Fisberg (1995) as condições de sucesso em vários povos antigos, como os gregos e romanos, se relacionava ao aumento do panículo adiposo, quanto maior o panículo adiposo maior era a “riqueza do indivíduo”. Na idade média e no renascimento as formas arredondadas das mulheres eram bem priorizadas em seu padrão de beleza, porém com a chegada dos anos 60 a busca do corpo esbelto e magro começava chegava a tanto que houve mortes por anorexia.

Foram surgindo vários estudos que mostravam que o excesso de peso nas pessoas trazia consigo vários tipos de doenças como os riscos cardiovasculares e respiratórios assim houve muitos estudos associando o peso excessivo a riscos cardiovasculares respiratórios e ortopédicos, de beleza do momento a vila dos tempos modernos.

WHO (2009) aponta a obesidade como um dos maiores problemas de saúde pública no mundo. Em 25 cerca de 2,3 bilhões de adultos apresentem sobrepeso e 700 milhões apresentaram obesidade. No Brasil cerca de 50 % de pessoas estejam acima do peso. A Obesidade então passou de beleza do momento a vila dos tempos modernos. (Fisberg 1995).

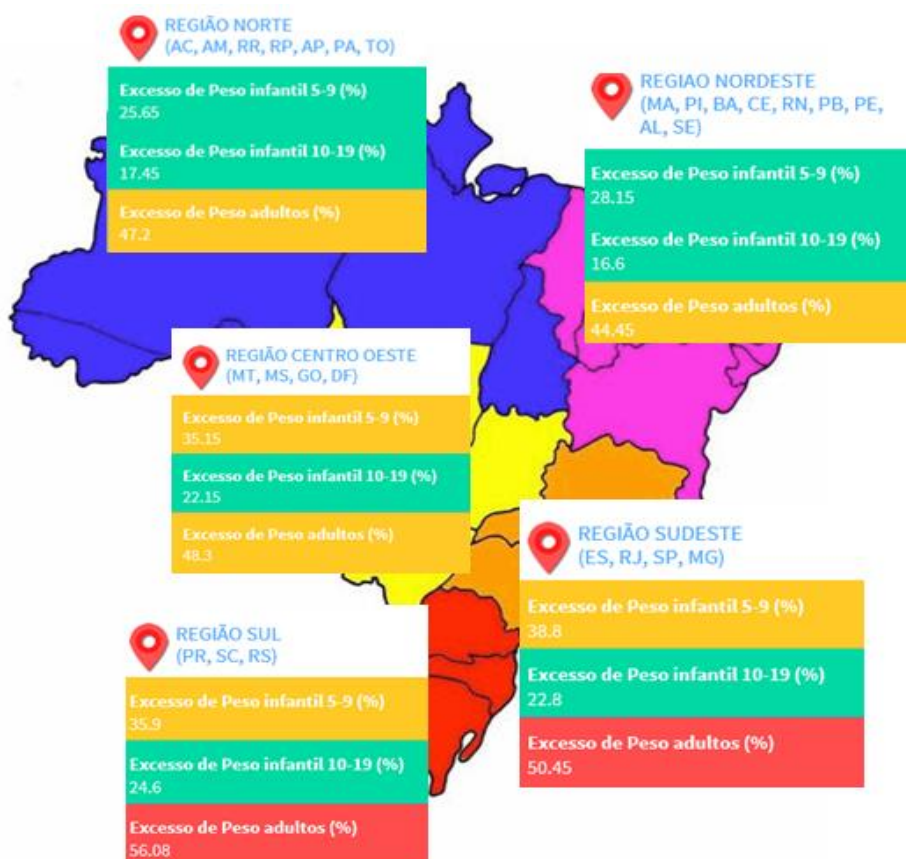
Figura 1 – Obesidade no Mundo



Fonte: Clinic Compare

O mapa, feito pela Clinic Compare, (2015) mostra que a porcentagem da população que é clinicamente obesa, mostra que cerca de 25% da população norte americana é obesa, 33% dos árabes, 32% dos mexicanos e 30% dos argentinos estão com obesidade. No Brasil, o índice é de 15%. Nas ilhas do pacífico mais da metade da população é obesa. (figura 1)

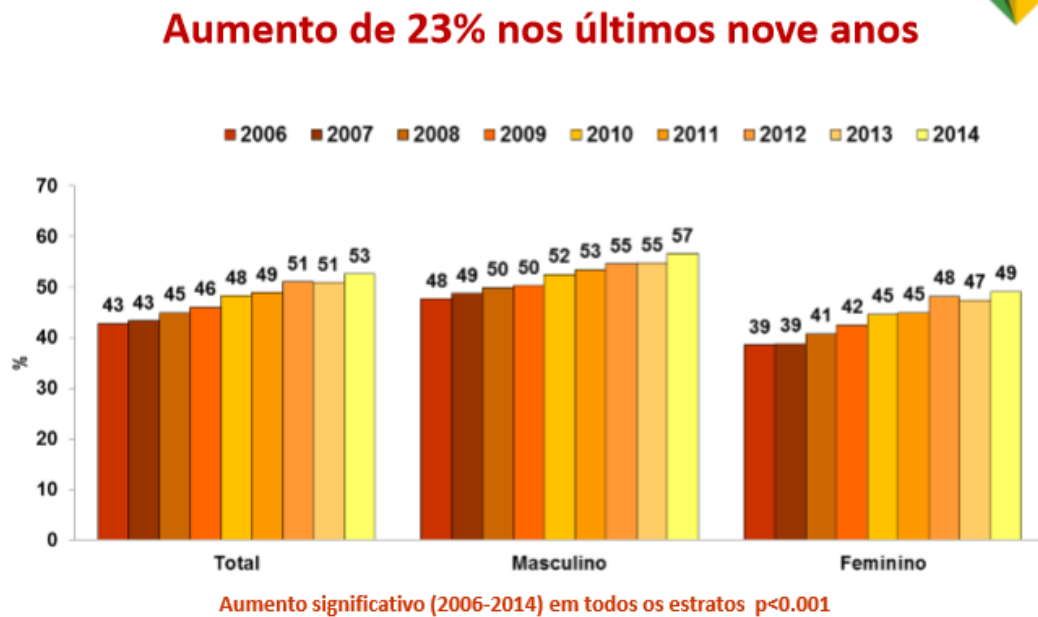
Figura 2 - Valores aproximados para a população em geral, 2008-2009.



Fonte: Abeso

No Brasil de acordo com a ABESO (2009) divulgou uma pesquisa onde mostra os índices de obesidade em cada região no Brasil sendo a Região Sul a maior quantidade de pessoas com excesso de peso adulto (56,08 %) e a que apresenta o menor índice é a Região Nordeste (44,45%). Já com excesso de peso em crianças de 5 a 9 anos região que mais abrange este tipo é a Região Sudeste (38,8%) e a que menos abrange é a Região Norte (25,65%), as crianças com idade entre 10 a 19 anos a região que mais abrange a obesidade é a Região Sul (24,6%) e a que abrange menos é a Região Nordeste (16,6%). (figura 2)

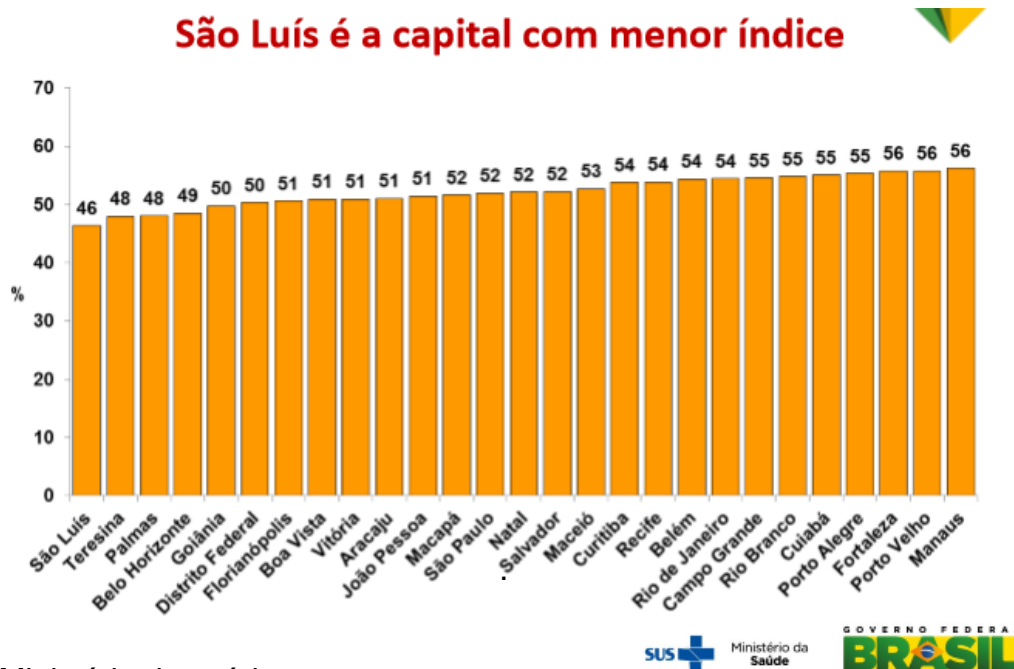
Figura 3 – Aumento da obesidade no Brasil nos últimos anos.



Fonte: Ministério da saúde

Em uma Pesquisa feita pelo Ministério da Saúde (2014) aponta que houve aumento de 23% na obesidade no Brasil desde o ano 2006, e que há mais homens adultos obesos (57%) do que mulheres (49%). (Figura 3)

Figura 4 – Proporções de população obesa nas capitais do Brasil



Fonte: Ministério da saúde

No Brasil conforme Ministério da Saúde (2015) Manaus é a capital que possui mais obesos (56%) seguida de Porto Velho (56%) e Fortaleza (56%). As capitais com menor quantidade de obesos são: São Luís (46%), Teresina (48%) e Palmas (48%). Em São Paulo, a proporção de obesos é de 52%, no Rio de Janeiro é percentual é de 54% e no Distrito Federal os obesos representam 50% da população.

A obesidade tem muitas causas sendo elas comportamentais ambientais e já é uma epidemia, e é a forma mais comum de má nutrição em países desenvolvidos e que estão ainda em desenvolvimento, vem sendo uma epidemia entre os adultos e nas crianças crescem cada vez mais. (Lamas e Lorenzo 2005)

1.3 Obesidade Infantil

Guedes acredita que obesidade infantil deve ser vista como um problema de saúde alarmante, pois quando crianças ou adolescentes possuem obesidade ou excesso de peso quando tiverem na idade adulta é mais fácil deles continuarem do mesmo jeito.

Para Kauffman (1999) quando a obesidade é em crianças ela é bem perigosa quando se têm na fase adulta por conta do aumento de células do tecido adiposo, fora que as crianças têm mais facilidade em adquirir hipertensão, problemas respiratórios e cardíacos, tornando assim o tratamento mais dificultado.

O diagnostico para a obesidade adulta é diferente para a obesidade infantil: O IMC (Índice de Massa Corporal) foi feito mais para se avaliar a obesidade adulta porque o calculo tem ser feito com uma altura estável o que não ocorre com as crianças.

Freedman ET AL (1997) afirmam que o diagnostico é feito por meio da medida das pregas cutâneas o que dão mais precisão nos resultados do tecido adiposo. Quando se mede as duas pregas cutâneas são mais precisas para saber o percentual de gordura nas crianças, e a prega que se utiliza é a tricípital, e quando a

criança apresenta uma medida maior que o 95º do percentil ela já é considerada obesa. (VIUNISKI, 2000)

Cintra ET AL (2005) atesta que as dobras cutâneas fornecem um resultado direto da gordura corporal subcutânea. Elas são mais adequadas para crianças que possuem muita massa muscular. A prega do tríceps é a mais aplicada porém a do bíceps, bíceps, a subescapular e a supra ilíaca também podem servir de ajuda. As medidas do bíceps e do tríceps estimam a gordura corporal periférica, ao passo que a subescapular e a supra ilíaca são as que demonstram os depósitos da gordura central.

Segundo os estudos de Kaufman (1999) o Brasil apresenta 3 milhões de criança abaixo de 10 anos sofrendo por obesidade.

Em 2013, 42 milhões de crianças com menos de cinco anos de idade estavam acima do peso ou obesos. Uma vez considerado um problema de país de rendimento elevado, excesso de peso e obesidade estão agora em ascensão em países de baixa e média renda, especialmente em ambientes urbanos. Nos países em desenvolvimento com economias emergentes (classificados pelo Banco Mundial como países de renda baixa e média) a taxa de aumento da infância sobrepeso e obesidade têm sido mais de 30% superior ao de países desenvolvidos. (WHO, 2015)

Figura 5: Estimativa de crianças obesas no mundo em 2015.



Fonte: UNICEF

Uma pesquisa feita pela UNICEF (2014) analisou a quantidade de crianças obesas por continente onde a estimativa de crianças obesas em 2015 seria muito maior e às vezes o dobro do número do que era de 2010 de crianças com idade entre 0 e 5 anos (figura 1).

O continente com maior proporção em 2015 é a América do Norte (16,4%) e o com menor proporção é a Oceania (3,9%) de crianças obesas. Uma em cada três crianças no Brasil possuem obesidade e em 2025 o número pode chegar a 75 milhões de crianças sofrendo contra este mal. (WHO 2014)

Barbosa (2009) identifica que o alimento gorduroso e doce vem se tornando cada vez mais acessível para as crianças, com o grande marketing que tem destes alimentos. Houve também uma grande diminuição da atividade física dentre elas por conta de aparelhos e equipamentos eletrônicos. Hoje em dia as horas em frente à

Tv, no computador, nos vídeos games e celulares criaram uma sociedade com mais facilidade em fazer algo, combinação perfeita entre alimentação errada e sedentarismo para adquirirem obesidade.

1.4 Mídia

Nakamura (2009) relata que Mídia significa meios de comunicações. Porém a palavra mídia pode ter muitos significados como uma atividade em meio publicitário, uma técnica de propaganda que se baseia no estudo e na observação atenta dos veículos disponíveis, para que se possa planejar e orientar a utilização mais apropriada desses veículos.

A mídia está presente em grande parte do nosso cotidiano: nos jornais, revistas, Televisão, internet; elas transmitem informações para nós, sustentam nosso imaginário e dá suporte para examinar do mundo. (BETTI, 1998)

Nakamura (2009) representa as mídias em cinco tipos:

1-Mídias impressas: são aquelas que usam materiais impressos para mostrar informações, são os jornais e revistas.

2- Mídias eletrônicas: são aqueles que por meio de equipamentos eletrônicos transmitem as informações. Televisão, rádio, computador.

3- Mídias extensivas: diferente das outras mídias possui uma relação bem próxima do consumidor são os outdoors, indoors, placas, cartazes e painéis.

4- New Media - São novas tecnologias que não se enquadram em nenhuma das outras categorias como a internet.

5- No Media – são as que não são consideradas mídias por conta que não utilizam nenhum veículo de comunicação como as ações de ponto de venda, embora não seja mídia o conceito de mídia esta sendo carregado entre si.

Sobre estes conceitos de mídia e junto ao desenvolvimento tecnológico, surgiram as TICS, que estão tornando mais acessível às informações e serviços para as pessoas.

Ramos (2008) afirma:

Tecnologias de Informação e Comunicação (TIC) aos procedimentos, métodos e equipamentos para processar informação e comunicar que surgiram no contexto da Revolução Informática, Revolução Telemática ou Terceira Revolução Industrial, desenvolvidos gradualmente desde a segunda metade da década de 1970 e, principalmente, nos anos 90 do mesmo século. Estas tecnologias agilizaram e tornaram menos palpável o conteúdo da comunicação, por meio da digitalização e da comunicação em redes para a captação, transmissão e distribuição das informações, que podem assumir a forma de texto, imagem estática, vídeo ou som. Considera-se que o advento destas novas tecnologias e a forma como foram utilizadas por governos, empresas, indivíduos e sectores sociais possibilitaram o surgimento da Sociedade da Informação.

A Tecnologia da Informação e comunicação (TICS) são as mídias digitais, as novas mídia, as novas tecnologia, que estão cada vez mais participando da vida das pessoas e alterando seu estilo de vida. (BIANCHI, 2008).

Segundo Mendes (2008), esse termo se refere à: TIC é a abreviação de "Tecnologia da Informação e Comunicação". É um conjunto de recursos tecnológicos que, se estiverem integrados entre si, podem proporcionar a comunicação de vários tipos de processos existentes nos negócios, no ensino e na pesquisa científica, na área bancária e financeira.

Brougère (1997) comenta que as mídias transformaram a vida e cultura das crianças, e o avanço tecnológico causa um impacto na construção social, na educação, relações sociais, na família e no lazer.

Então a Tic's é uma expressão que é usada para abranger as inovações tecnologias e a tendência atual da informação e da comunicação, que se estabelece através das novas mídias que são permitidas pela internet e sistemas digitais. A importância destas mídias é enorme diante a humanidade por motivos de conforto, rapidez em informações e segurança que trazem porém podem ser prejudiciais à saúde.

1.5 Obesidade e Mídia Eletrônica

A obesidade basicamente pode ser concluída como uma questão de má alimentação junto ao sedentarismo assim formando a patologia, e nos dias de hoje consiste em apenas alimentação de fast-food que estão cada vez mais fáceis de serem consumidos e as horas gastadas em frente ao computador ou televisão. (OBESIDADE.ORG 2013)

De acordo com a Sociedade Brasileira de Endocrinologia e Metabolismo (2000) a influência da mídia e principalmente a mídia televisiva junto com os estilos de vida que as pessoas estão levando está aumentando cada vez mais o desenvolvimento desta doença.

As crianças cada vez mais estão gastando seu tempo em frente alguma mídia eletrônica e sendo influenciada por elas, brinquedos e alimentos de fast-food sempre chamando a atenção do público infantil para ser comprado pelos seus pais, onde estes alimentos mal a saúde das crianças e são persuasivos em questão de aumento a obesidade infantil.

Como o Instituto Alana mostra (2009) bastam apenas 30 segundos para que a criança seja influenciada pela propaganda de alguma marca e fazendo com que as crianças participem 80% das compras da casa.

Mediante a afirmação de Batista (2003) o consumo de alimentos inadequados junto ao sedentarismo tem relação direta com o surgimento de doenças precoces no

país. Dentre essas enfermidades, a obesidade infantil vem tomando proporções preocupantes passando a ser reconhecida nas últimas três décadas como epidemia brasileira.

O sedentarismo e a má alimentação estão relacionados com o uso das TIC'S, as crianças estão sofrendo riscos destas novas tecnologias da informação e comunicação, como afirma Sônia Livingstone (2002). As crianças estão cada vez mais ficando dentro de casa, já causando em fazer menos esforços e fora que estão praticando menos atividades fora dela.

As crianças passam horas na internet , jogando , fazendo downloads e ao mesmo tempo usando o celular. O tempo que se destina a estas atividades e o prazer em que sente por pratica-la podem acabar se tornando um vício.

Para Ponte e Vieira (2007) os riscos da Internet dividem-se em três categorias: em riscos associados aos conteúdos, riscos relacionados com a participação em serviços interativos e riscos ligados ao excesso de tempo de utilização, que podem conduzir ao vício e ao isolamento social.

As longas horas passadas em atividades sedentárias ligadas às tecnologias têm levantado a discussão sobre outro tipo de riscos.

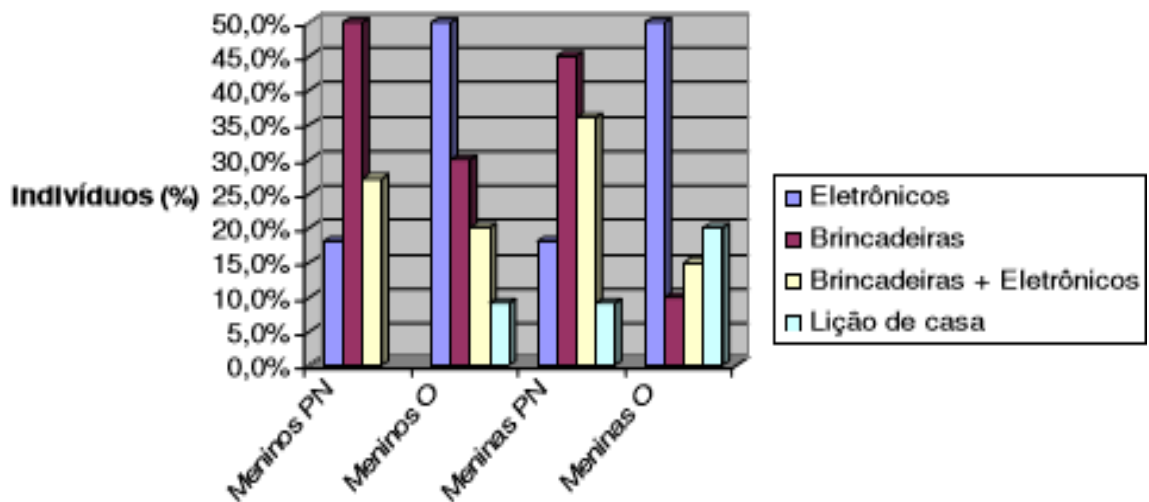
O tempo passado a ver televisão e vídeo, utilizar celulares, jogar jogos electrónicos, utilizar o computador, etc., envolvem uma grande parte da vida diária de crianças e jovens. A exposição diária das crianças a uma frequência elevada de publicidade televisiva sobre alimentação e a existência de televisão no quarto têm levado alguns investigadores a admitirem uma associação forte de risco no aumento de obesidade infantil. (Neto, 2006)

Neto (2006) associa as TIC's uma doença que começa a ter um alcance mundial e que pode contribuir para outros problemas, como a diminuição da

autoestima, o cansaço, as diabetes ou a hipertensão e para o aumento do risco de obesidade na idade infantil.

Celestrino e Santos (2006) realizou uma pesquisa visando prática de atividade física entre escolares com sobrepeso e obesidade onde foram feita com 42 crianças, 20% apresentavam sobrepeso, 30% obesidade e 50% peso normal. Entre a população com sobrepeso/obesidade verificou-se que a prevalência de obesidade é maior entre o sexo feminino, pois 33% das meninas foram classificadas como obesas. O grupo dos indivíduos com sobrepeso/obesidade apresentaram maiores médias de tempo para o uso de equipamentos eletrônicos, em média 365,7 minutos diários para TV e 327,8 minutos diários para Vídeo-Game e acesso a Internet.

Figura 6 - Atividades realizadas no tempo livre semanal

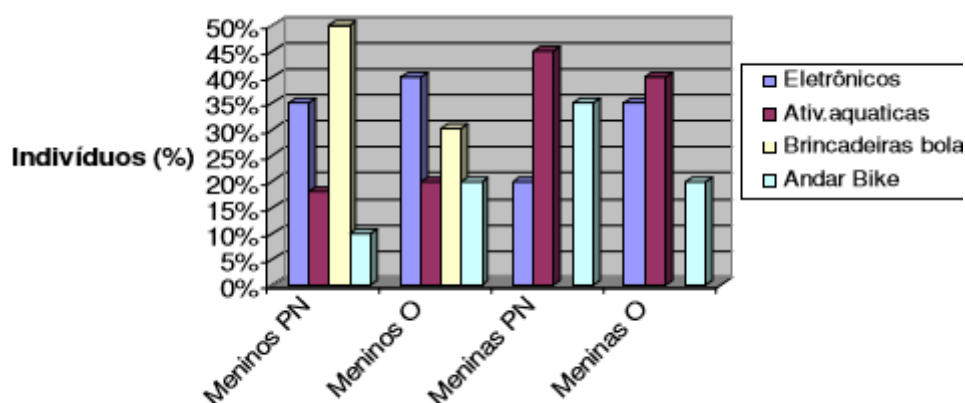


Fonte: Revista Mackenzie de Educação Física e Esporte – Volume 5, número1.

No gráfico acima a atividade mais praticada no tempo livre durante a semana com o grupo de sobrepeso/obesidade é usar aparelhos eletrônicos como televisão,

computador e celular (50% meninos x 50% meninas). A lição de casa está sendo deixada pra trás por estes grupos (10% meninos x 20% das meninas).

Figura 7 - Atividades realizadas no tempo livre no final de semana



Fonte: Revista Mackenzie de Educação Física e Esporte – Volume 5, número.

No final de semana as atividades praticadas por estas crianças são: andar de bicicleta (20% meninas obesas X 20% meninos obesos), atividades aquáticas (40% meninas obesas X 20% meninos obesos) e brincar com bola (30% meninos obesos).

Em outro estudo feito por Santana ET AL (2010) explorou sobre prevalência de sobrepeso em crianças de seis a 10 anos em escolas de Marinalva localizada no Paraná, foram feitos questionários e testes, com 356 alunos, de ambos os sexos com idade de 6 a 10 anos uma prevalência de sobrepeso e obesidade pode 20,7% e 7,0%%, em relação à atividade física fora da escola, 71,9 % dos indivíduos responderam não pratica qualquer atividade física e 53,4% gastavam mais de 4 hora diárias em atividades sedentárias como jogar vídeos games, fica no computador ou assistir TV.

Cada vez mais as crianças estão ficando em frente das mídias eletrônicas podendo causar vício e estabelecendo uma vida sedentária e de má alimentação. Muitas crianças passam horas em frente à televisão, computador e em frente o

celular, deixando muitas vezes de se praticar alguma atividade física por conta do tempo que ficou em frente esta mídia, sobrepondo o sedentarismo em pratica, deixando de fazer as refeições principais e sendo muitas vezes trocadas por apenas lanches rápidos.

1.6 O combate contra na obesidade

Para combater a obesidade que tanto se está interferindo na vida das crianças, é preciso umas grandes mudanças de intensidade alta na atividade física e na alimentação desta criança.

Barbosa (2009) analisa que para se ter uma mudança de vida é preciso que tenha dedicação e vontade, o que é muito difícil diante de uma só vontade que é a da criança por isso é preciso de uma equipe inteira para poder trabalhar contra este combate: família, escola e professores de educação física.

A Escola é a porta de entrada para o estímulo de colocar atividade física e exercícios físicos no cotidiano de uma criança. (HALLAL, 2010)

A criança passa precisamente um bom tempo do seu dia na escola, o tanto de conhecimento que a escola pode passar para ela é muito grande e diante deste conhecimento que começa o combate contra a obesidade, à realização de atividades e praticas de educação em saúde, para alimentação e também para se incentivar a acrianças a pratica de atividade física pode ser feita lá dentro.

As cantinas podem ter lanches saudáveis ou mesmo a escola pode oferecer estes lanches, o que tem sido grande alvo de preocupações dos pais porque em horários de alimentação dentro da escola eles não sabem servi-los por conta que há muita opção dentro do mercado de produtos que sejam mais fáceis de carregar, de custo e influencia das crianças na hora das compras de casa, porém estes alimentos não atendem os valores nutricionais que uma criança necessita (BARBOSA 2009).

As escolas devem se preocupar com as refeições que são propostas para seus alunos, elas devem passar por uma orientação, nutricionistas devem fazer sua parte neste termo, a alimentação deve ser balanceada evitando, frituras e afins, sobremesas com doces e sucos de caixas.

O aumento de ingestão de alimentos saudáveis deve começar em casa com o auxílio dos pais, eles são os maiores influenciadores da obesidade infantil porque muitas vezes as crianças só seguem aquela vida sedentária e de má alimentação por conta da influência de seus pais. A redução de ingestão de alimentos saudáveis que muitas vezes são preparados em casa, trocados por fast-food, salgadinhos, doces, aumenta de consumo de refrigerante e de gorduras saturadas e a diminuição de atividade física são fatores que aumentam a obesidade infantil. (OLIVEIRA; CERQUEIRA; SOUZA; OLIVEIRA, 2003).

MERCHANT e col. (2007) informam que:

“intervenções com uma única mensagem, como reduzir a televisão, o consumo de refrigerantes ou o aumento da atividade física demonstraram impacto melhor no combate a obesidade que intervenções com muitos fatores envolvidos de uma única vez.”

A escola junto com o professor de educação física deve se responsabilizar por mostrar a importância dos exercícios físicos para as crianças na prevenção de obesidade de outras doenças (HALLAL, 2010).

O professor de educação age diretamente na vida sedentária de uma criança, muitas vezes as crianças pode ter mais intimidade com seu professor do que dos seus pais e isso pode ajudar e facilitar no combate da obesidade.

Mesmo que algumas crianças não gostem de praticar nenhuma atividade física, por vergonha de seu corpo ou mesmo alguma atividade física podem acarretar lesões ou fraturas por conta da obesidade, o professor de educação física deve se posicionar sobre este fato e ainda exibir atividades que façam com o que todas as crianças, seja ela obesa ou não, aprenda além das habilidades motores, que ela aprendam a se organizar socialmente, também a respeitar o colega que não apresenta a mesma habilidade que ele possui e a compreender melhor o seu corpo. (BARBOSA, 2009)

Com a participação da escola, do professor e da família que deve agir de qualquer maneira contra a obesidade e não fingir com que ela não exista a criança

com obesidade, fazer com que ela não se sinta excluída da escola e os pais ajudando todos ficarem saudáveis.

CAPÍTULO 2 - METODOLOGIA

Esta pesquisa se caracteriza por ser bibliográfica de índole explicativa, onde se constitui de material já produzido e publicado, representado predominante de livros e artigos científico. Segundo Angelo Salvador (1970) a bibliografia é “a relação dos documentos, é o conjunto de impressos bibliográficos reunidos com a finalidade de servirem da fonte de informação”.

De acordo ainda com Ângelo Salvador uma pesquisa bibliográfica é aquela que onde são apresentados em documentos escritos, estes documentos escritos são a fonte mais importante da pesquisa bibliográfica. Estes documentos se caracterizam por serem impressos em editoras, comercializadas em livrarias e estão classificadas em bibliotecas, onde o pesquisador deve executar uma lista bibliográfica, com estes documentos, para seus interesses.

O estudo levantamento bibliográfico se faz a pressuposto de três artigos que são eles: o conhecimento de acervo bibliográfico que se caracteriza em primeiro conhecer o acervo bibliográfico que se tem para realiza a pesquisa , segundo como fazer a organização da biblioteca os documentos podem ser aqueles de se dirigem a fatos , pessoas apresentando sempre um dado e o terceiro artigo que é a elaboração de uma bibliografia se trata que os documentos podem ser primários ou secundários, ou seja, o documento primário são aqueles de fontes originais e os secundários são aqueles estudos que partem de outro artigo científico.

Segundo Marconi e Lakato (2008)

A pesquisa bibliográfica ou de fontes secundárias é a que especificamente interessa a este trabalho, trata se de levantamento de algumas das bibliografias mais estudada em forma de livros revistas, publicações avulsas, sua finalidade é colocar o pesquisador em contato direto com que já foi escrito sobre determinado assunto, com objetivo de permitir ao

cientista poder analisar ou manipular suas informações com outras bibliografias já publicadas.

Revisão de literatura ou pesquisa bibliográfica é um tipo de pesquisa que realiza um levantamento recente da produção científica num tópico particular. Envolve análise, avaliação e integração da literatura publicada. (THOMAS e NELSON, 2002).

Uma pesquisa explicativa De acordo com Gil (2008), qualquer classificação de pesquisa deve seguir algum critério. Se utilizarmos o objetivo geral como critério, teremos três grupos de pesquisa:

1. Pesquisas Exploratórias

2. Pesquisas Descritivas

3. Pesquisas Explicativas

Assim, ao iniciarmos qualquer pesquisa, deveremos primeiro saber qual é o objetivo desta pesquisa. De acordo com esse objetivo, poderemos ter uma pesquisa exploratória, ou uma pesquisa descritiva ou uma pesquisa explicativa.

Segundo Gil (2008), a pesquisa explicativa tem como objetivo primordial identificar fatores que determinam ou que contribuem para a ocorrência de fenômenos. Este tipo de pesquisa é a que mais aprofunda o conhecimento da realidade, e por isso mesmo, está fortemente calcada em métodos experimentais.

É uma pesquisa muita sujeita a erros (porque dependem de interpretação, o que acarreta subjetividade), mas de grande utilidade, pois geralmente possui aplicação prática. Assim, a pesquisa explicativa toma muitas vezes a forma de uma pesquisa aplicada (ou pesquisa experimental), ou pode também se utilizar de dados e informações de uma pesquisa.

Para a sua conclusão foi realizada uma pesquisa de artigos científicos através das bases de dados eletrônicas Scielo, Intercom, Mackenzie, a palavra-chave “obesidade” e também combinações entre esta e “obesidade infantil” “mídia” “mídia eletrônica” “vício, internet e obesidade”. Os resultados obtidos foram filtrados por

ano de publicação tendo sido rejeitados todos os artigos anteriores ao ano 2006 e utilizados apenas os apresentados em língua portuguesa. Foram ainda consultados os livros textos: Obesidade na Infância e na Adolescência, Prevenção da obesidade na Infância e na Adolescência, Obesidade e Obesidade Infantil, Tecnologia da Informação e Comunicação e os dados estatísticos disponíveis em várias organizações de referência como é o caso da Organização Mundial da Saúde, Ministério da Saúde e do ABESO. Os artigos achados foram muitos apenas com a palavra-chave obesidade / obesidade e mídia, porém não estabelecia fundos para a pesquisa então o Google Acadêmico deu suporte para ir a outras bases científicas, dos quais foram escolhidos 36 artigos destas bases:

Quadro 1 - Palavras chaves e resultados

Palavras	Resultados
Obesidade	23.900
Obesidade e mídia	10.300
Mídia vício e obesidade	1.930
Mídia obesidade infantil e vício	1040
Resultado	36

Fonte: elaborado pela autora

Quadro 2 – Bases de dados

Revistas acadêmicas da saúde	Outras revistas	Outras bases de dados
------------------------------	-----------------	-----------------------

Acta Med Port. Revista científica da ordem dos médicos.	CESED– Centro de Ensino Superior e Desenvolvimento -	Departamento de Nutrição, Universidade Federal dos Vales do Jequitinhonha e Mucuri.
Psicologia	Revista Eletrônica da Univar	Universidade de Brasília (UnB)
Jornal de Pediatria	Intercom: Sociedade Brasileira de Estudos Interdisciplinares da Comunicação	Universidade Federal de Viçosa (UFV)
Nutrição	EDUSER: Revista de educação	Departamento de Educação da Universidade Estadual de Londrina
Revista Brasileira de Obesidade, Nutrição e Emagrecimento.	Pandora - Revista de humanidades e criatividade literária	Universidade de Ribeirão Preto (UNAERP)
Periódico do Instituto Brasileiro de Pesquisa e Ensino em Fisiologia do Exercício		Universidade do Vale do Rio dos Sinos – (UNISINOS)
		Universidade

	Federal e Alagoas (UFAL)
	Universidade e do Vale do Paraíba. (UNIVAP)
	Universidade de Santa Cruz do Sul (UNISC)
	Universidade Mackenzie
	Universidade Federal do Rio Grande do sul (UFRGS)

Fonte: elaborado pela autora

Nesta pesquisa foram escolhidos e utilizados sete artigos dos 36, o critério de exclusão foi ler os resumos dos outros artigos, bases para a discussão entre a influência da mídia eletrônica na obesidade infantil:

Quadro 3- Artigos utilizados

Titulo	Tipo	Ano	Base de dados
Prevalência sobre peso e obesidade em crianças de seis a dez anos de escolas municipais de área urbana.	Artigo	2010	SCIELO
O atual comportamento infantil e sua influência no consumo.	Artigo	2012	INTERCOM
A influência da mídia na obesidade infantil brasileira: uma análise sob a ótica da proteção integral	Artigo	2014	UNISC

A prática de atividade física entre escolares com sobrepeso e obesidade	Artigo	2006	MACKENZIE
Dependência de internet, definição e tratamento.	Monografia	2012	UFRGS
Riscos de utilização das tics	Artigo	2009	REVISTA PANDORA
A influência da mídia na obesidade de crianças e adolescentes	Monografia	2007	UFRGS

Fonte: elaborado pela autora

Houve grandes dificuldades para se encontrar artigos científicos relacionados ao tema por conta que muitos constavam apenas sobre o tema obesidade infantil e quase nunca voltado ao recurso midiático, e se voltado era sempre com intuito de mostrar como fazemos para combater a obesidade junto a este recuso.

CAPÍTULO 3- DISCUSSÃO

Em Cada vez mais as mídias eletrônicas estão participando do mais do cotidiano de toda a sociedade e estamos cada vez mais dependendo destas mídias, e esta dependência está começando desde cedo e pode acarretar várias doenças como a obesidade.

Na América Latina, onde o Brasil também está inserido, a estimativa de crianças obesas seria de 7,3 % (figura5), sendo que em uma pesquisa feita pela WHO (2014) estimava-se que em uma a cada três crianças no Brasil são obesas. Vários fatores podem ter causa nestas doenças.

No Brasil houve um aumento de obesos de 23% entre os anos de 2006 á 2014. Entre os sexos, o masculino houve um aumento de 9% e de mulheres de 10%. (figura 3).

A Capital que mais temos obesos no Brasil é Manaus com 56% de pessoas em 2014 (figura 4) já e a que menos possui obesos é Palmas com 48% (figura 4), mesmo com 48% de pessoas obesas seja o menor índice que uma capital do Brasil pode ter ainda assim é muito alarmante a proporção de gente porque é quase metade de sua população com esta patologia, ou seja, metade quase metade de sua população doente e se não cuidarmos este numero pode dobrar especialmente com os adultos por conta das crianças já possuírem obesidade o que é muito mais provável se tornarem adultos obesos também.

Vários fatores são importantes na gênese da obesidade, como os fatores genéticos, metabólicos e fisiológicos, porem basicamente o que poderia explica o aumento da obesidade é a má alimentação e a falta de inatividade física.

Basicamente a obesidade se baseia de uma vida sedentária e de má alimentação e isso está ocorrendo por conta de vários fatores e um deles é o vicio das mídias eletrônicas. As crianças cada vez mais estão ficando dentro de casa, os pais muitas vezes tentam deixar seus filhos ocupados dentro de casa por conta que na rua há violência ou mesmo quando eles necessitam de fazer algo dentro de casa e os filhos não deixam isso acarreta uma falta de pratica de atividade física, muitas vezes eles só praticam atividade física na escola.

Essa maneira de manter o filho ocupado para fazer suas atividades dentro de casa é deixando o filho usar algum aparelho eletrônico, jogar algum vídeo – game mexer no celular do pai ou mesmo no seu celular, porque hoje em dia muitas crianças já possuem celulares, ou mesmo assistindo televisão. Porém há também aquelas crianças que preferem ficar dentro de casa usando os aparelhos eletrônicos, isso é o seu lazer.

Cerca da metade das crianças ficam preferem gastar seu tempo livre durante a semana jogando no computador, usando o celular ou mesmo assistindo televisão (figura 6). Já nos finais de semana o tempo gasto pelas crianças em frente às mídias eletrônicas sofre um pouco de queda sendo que as meninas preferem atividades aquáticas e os meninos preferem jogar futebol deixando um pouco de lado as mídias eletrônicas durante o final de semana (figura 7), contudo ainda sim é pouca atividade para as horas que eles passam durante os cinco dias da semana.

Cada vez mais o número de crianças em frente à televisão, ao computador e ao videogame aumenta. Como consequência, elas também são constantemente submetidas a diversos tipos de publicidade, não importando a hora, o lugar, ou se elas possuem discernimento entre o real e o imaginário.

A criança é, portanto, desde cedo tratada como consumidor. A publicidade dirigida à infância através da televisão joga um papel vital na formação dos valores e atitudes necessários ao consumismo. Na hora da alimentação é errado que a criança coma lanche em vez de refeições principais e em muitos casos isso ocorre, e estes lanches são calóricos, muitas vezes são frituras, doces o que acarreta o comprometimento da alimentação.

A influencia da mídia esta cada vez mais presente na vida de uma criança podendo gerar até vícios, esta influencia esta levando a má alimentação e a inatividade física das crianças muito além do que se pode imaginar gerando a obesidade. A criança troca sua refeição ou mesmo não come direito quando está assistindo televisão ou mexendo no computador, as horas passadas em frente destas mídias acabam fazendo com que a criança fique sentada ou deitada por muito tempo e sem praticar nenhuma atividade física. A obesidade infantil já é um

problema sério de saúde pública, se prevenir a obesidade infantil iremos também prevenir que esta criança cresça com problemas de saúde.

Os pais devem então incentivar as crianças a praticar atividade física, levar aos parques seus filhos para fazer caminhada, ou mesmo no parquinho da quadra onde mora o importante é que a criança não dependa apenas daquela atividade física na escola que muitas vezes é muito pouca queima calórica do que a criança necessita.

A alimentação deve se baseada em frutas e verduras, uma alimentação saudável, mesmo com que as crianças muitas vezes já estejam acostumadas a comer doces e frituras e não gostem de comer frutas e verduras vale muito bem inventar pratos, coloridos como exemplo para chamar a atenção das crianças e fazer com que a criança tenha uma alimentação saudável.

Nos lanches da escola também vale investir em lanches saudáveis, como os sucos que podem ser de polpas e de frutas em vez de levar sucos industrializados, os salgadinhos e doces podem ser substituídos por sanduiches saudáveis caseiros e frutas.

Em questão as mídias que são usadas dentro de casa e na escola devem ser estabelecidas tempo por dia para se jogar assistir televisão, mexer no celular, porque se não a criança deixa até de fazer seus deveres de escola para especialmente ficar mexendo nessas mídias.

Na escola geralmente a criança obesa não possui habilidades nas atividades propostas, os professores de educação física devem ao menos gerar propostas de atividades lúdicas para que a criança possa mexer o seu corpo que em muitas vezes é o único horário em que as crianças podem ter estas oportunidades.

A escola e a educação física devem ser voltadas para a saúde, relacionar interesses com a saúde publica já que a obesidade é uma preocupação publica. Os lanches das escolas devem ser trocados em vez de frituras põem-se muitas vezes assados ou mesmo em lugares de refrigerantes põe-se suco da fruta.

As mídias eletrônicas estão cada vez mais influenciando todos os hábitos da vida de uma criança, seja de mexer na mídia em casa ou mesmo nas aulas de

educação física dentro da escola, o que se influencia diretamente na hora de refeições e na hora de praticar exercícios ou mesmo brincar. Muitas vezes seu gasto calórico não equivale para aquela refeição do dia, por conta que preferir ficar dentro de casa usando suas mídias do que ao menos irem ao parquinho ou mesmo seus pais o obrigaram a ficar dentro de casa, o que torna uma criança sedentária; e a oportunidade que ela tem de se praticar algo na escola e não pratica, junto com sua má alimentação, o sobrepeso, por conta do sedentarismo e alimentação, vai aumentando o que pode se chegar à obesidade.

A melhoria dos hábitos alimentares com a regulação da prática de atividade física, incentivados pela escola, pelos pais e pelo professor de educação física para as crianças com obesidade podem fazer com que ela mude seu estilo de vida e consequentemente com as doenças que a obesidade traz fazendo com que se tornem uns adolescentes e um adulto saudável sem doenças, mas para isso todos devem trabalhar em conjunto.

CONSIDERAÇÕES FINAIS

Pode-se então considerar, que os pais, junto com a escola e o professor de educação física alegando sobre conceitos de obesidade, estimulando a prática e atividade física e a alimentação adequada, a obesidade pode ser debelada. O controle dos pais sobre as mídias eletrônicas no cotidiano das crianças pode fazer com que as crianças possam se alimentar de maneira certa e o sedentarismo diminuir.

Uma combinação de prática de atividade física regular, boa alimentação e uma regulação do uso das mídias eletrônicas como 2 horas por dia na vida das crianças irão ajudar no desenvolvimento afetivo, físico e cognitivo além de proporcionar uma vida mais saudável para esta criança e deixar para trás os vícios que estas tecnologias podem proporcionar.

A mídia está presente no cotidiano das crianças, transmitindo informações e construindo um imaginário e entendimento para o mundo. É difícil deixar que as crianças mexam nas mídias eletrônicas porque a mídia não tem como impedir o avanço tecnológico, então às mídias já fazem parte do seu cotidiano e mesmo que a obesidade já esteja presente na vida destas crianças, estas medidas devem ser adotadas.

Embora este estudo bibliográfico tenha trago uma maior informação sobre a influência das mídias eletrônicas sobre a obesidade e tratamentos que sejam eficazes, há uma necessidade de novas pesquisas sobre o assunto que possa colaborar a relevância da obesidade infantil e a influência da mídia, facilitando meios para que a obesidade seja combatida. Publicações sobre o uso excessivo de mídia sobre crianças pode ter uma ação preventiva que alerta melhor a escola, os pais e o professor de educação física, mostrando o uso excessivo destas que podem trazer malefícios e como ser evitados.

REFERÊNCIAS

ABESO: Associação Brasileira para estudo da obesidade e da síndrome metabólica. Disponível em: <http://www.abeso.org.br/atitude-saudavel/mapa-obesidade-> Acesso em: 21 de Janeiro de 2016.

BARBOSA, V.L Prevenção da obesidade na infância e na adolescência. São Paulo: Manole Ltda, 2009. 01 a 24 p.

Betti, M. A janela de vidro: esporte, televisão e educação física. Campinas: Papirus, 1998.

BIANCHI, P. A presença das tecnologias de informação e comunicação na Educação Física permeada pelo discurso da indústria cultural. Buenos Aires: EFDeportes, Revista Digital. 2008.

BRASIL. Ministério da Saúde (BR). Vigilância de fatores de risco e proteção para doenças crônicas por inquérito telefônico. Brasília: Ministério da Saúde; 2012.

BRASIL. Ministério da Saúde (BR). Política Nacional de Alimentação e Nutrição. Brasília: Ministério da Saúde; 2012.

BROUGÉRE, G. Brinquedo e cultura. São Paulo: Cortez, 1997.

CELESTRINO, J; SANTOS, A. Prática de atividade física entre escolares com sobrepeso e obesidade. Disponível em:
<http://www.mackenzie.br/fileadmin/Graduacao/CCBS/Cursos/Educacao_Fisica/REMEFE-5-especial-2006/art05_edfis5nE.pdf > Acesso em : 23 de Fevereiro de 2016

CAMPOS, F.S, SILVA A.S, ANHESIM G.A. Atualização em Obesidade na Infância e Adolescência. Alterações Posturais e Abordagem Fisioterapêutica em Crianças e Adolescentes Obesos. São Paulo: Atheneu, 2005. 141 p.

CINTRA, I P; FERNANDEZ, AC; PRIORE, SE; FISBERG, M. Obesidade carga genética, NURI VITAE, 1998.

DÂMASO, A. Obesidade. Rio de Janeiro: Editora Medida Científica. 2003. 03 a 15 p.

DÂMASO A; TEIXEIRA L; CURI C. Atualização em Obesidade na infância e na Adolescência. São Paulo: Atheneu, 2005

FISBERG, M. Atualização em obesidade na infância e adolescência. São Paulo: Atheneu, 2005. P. 205 , 235.

FISBERG, M. Obesidade na infância e na adolescência. São Paulo: Fundo Ditora BYK, 1995.

FISCHLER, C. Obeso Maligno, Obeso benigno. Políticas Públicas. São Paulo, Estação Liberdade, 1995, p 69-80.

FISBERG, M; PERES, S; MARTHA, T. Atualização em Obesidade na Infância e Adolescência. Prevalência de sobrepeso ou obesidade em crianças com fissura labial e/ou palatal em Atendimento Ambulatorial. São Paulo: Atheneu, 2005. 65p.

FREDMAN DS, SRINIVASAN SR, VALDEZ RA, WILLIAMSON DF, BERESON GS. Secular increases in relative weight and adiposity among children over two decades: The Bogalusa hart study, 1997.

GUEDES, D.P.; GUEDES, J.E.R.P. Esforços físicos nos programas de educação física escolar. Revista Paulista de Educação Física. São Paulo, v.15, n.1, p.33-44, 2001

GIL, A. Como elaborar projetos de pesquisa. 5. Ed. São Paulo: Atlas, 200.

GHIRALDELLI JÚNIOR, P., “Educação física progressista”. São Paulo: Loyola. 1988

HALLAL ET al. Prática de atividade física em adolescentes brasileiros. Ciênc. saúde coletiva vol.15 supl.2 Rio de Janeiro, 2010.

HALLAL, P.C.; BERTOLDI, A.D.; GONÇALVES, H.; VICTORA, C.G. Prevalência de sedentarismo e fatores associados em adolescentes de 10-12 anos de idade. Cadernos de Saúde Pública. Rio de Janeiro, v.22, n.6, p.1277-1287, 2006.

KAUFMAN, A. Obesidade infanto – juvenil. Pediatria Moderna 35(4): 218-22 1999

LAMAS R; LORENZO T; Atualização em obesidade e infantil - São Paulo: Editora Atheneu, 2005.

MIHUZO, T. Mídia, 8º edição, São Paulo: Global editora e Distribuidora, 2004.

MENDES, A. TIC - Muita gente está comentando, mas você sabe o que é. Disponível em: <http://imasters.uol.com.br/artigo/8278>. Acessado em: 23 de janeiro de 2016.

MERCHANT, A.T.; DEHGAN, M.; BEHNKE-COOK, D; ANAND, S.S. Diet, physical activity, and adiposity in children in poor and rich neighborhoods: a cross-sectional comparison.2007. Disponível em: < <http://www.nutritionj.com/content/6/6/1>> Acesso em:

Ministério da Saúde. Obesidade e Desnutrição. Disponível em: <http://bvsms.saude.gov.br/bvs/publicacoes/obesidade_desnutricao.pdf> . Acesso em: 23 de janeiro de 2016

NAKAMURA,R. Mídia: como fazer um planejamento de mídia na prática . São Paulo: Farol do Forte, 2009. 288 p.

Obesidade.org 2013.Obesidade na adolescência. Disponível em <<http://obesidade.org/obesidade-na-adolescencia/>> . Acesso em: 25 de fevereiro de 2016.

OLIVEIRA, A. M. A.; CERQUEIRA, E. M. M; OLIVEIRA, A. C. Prevalência de Sobrepeso e Obesidade Infantil na Cidade de Feira de Santana-BA: detecção na família x diagnóstico clínico. Jornal de Pediatria, Rio de Janeiro, v. 79, n.4, jul./ago. 2003.

Ponte, C. & Vieira, N. (2007). Promoção de comportamentos seguros na Internet – um estudo de caso. Disponível em:

http://www.fsch.uln.pt/eukidsonline/docs/EU_Kids_Online/docs/EUVersão170707.pdf . Acesso em: 15 de dezembro de 2015

RAMOS, S. Tecnologia da informação e comunicação. Disponível em: <http://livre.fornece.info/media/download_gallery/recursos/conceitos_basicos/TIC-Conceitos_Basicos_SR_Out_2008.pdf.> Acesso em: 15 de Janeiro de 2016.

RODRIGUES, L. Obesidade infantil: associação do Grau de Adiposidade com fatores de risco para doenças cardiovasculares. Dissertação de Mestrado Rio de Janeiro, pós-graduação em saúde da criança / Instituto Fernandes. Figueira (IFF/FIO/CRUZ). Pág. 193, 198

SALVADOR, Â. Métodos e técnicas de pesquisa bibliográfica. 11. Porto Alegre: Sulina, 1986.

THOMAS, J.R.; NELSON, J.K. Métodos de pesquisa em atividade física. 3 ed. Porto Alegre, Artmed Editora, 2002.

VIUNISKI N. Prevenindo a obesidade. Trabalhando com os fatores de risco. Nutrição em pauta, 2000.

.